

## DAILY COVID-19 UPDATE FOR MONDAY, JUNE 1, 2020

There have been no new positive cases in the Porcupine Health Unit (PHU) area since May 10, 2020. The total number of confirmed positive cases is 65, 1 of which remains active. As of yesterday, over 5,101 COVID-19 tests have been completed in our region. For more information, see [phu.fyi/coronavirus](http://phu.fyi/coronavirus).

In a pandemic, the guidelines from public health can change quickly. Keep current with trustworthy information about COVID-19. The health unit continues to review the most up-to-date information daily and provides the most recent recommendations through the Daily Updates, COVID-19 phone line, website and Facebook page.

Any PHU resident who feels they need a test for COVID-19, even if they don't have symptoms, can go for testing at an assessment centre. Call your health care provider or the health unit to access testing.

It is important to continue with measures like physical distancing, wearing a face covering where physical distancing may be challenging, frequent handwashing and staying home when you are sick.

Include the Five Ways to Wellbeing in your daily life to support positive mental health. Remember you are not alone, get help if you are having difficulty coping: <http://www.porcupinehu.on.ca/en/your-health/mental-health/>.

Our COVID-19 Information line is open today from 9:00 a.m. to 5:00 p.m. Call the toll-free number, 1-800-461-1818, or the PHU office in your community. See [phu.fyi/offices](http://phu.fyi/offices) for local contact numbers.

Stay home if you are not well. Stay safe. Stay positive!

\*

## MISE À JOUR COVID-19 QUOTIDIENNE DU LUNDI 1 JUIN 2020

Il n'y a eu aucun nouveau cas positif dans la zone Bureau de santé Porcupine (BSP) depuis le 10 mai 2020. Le nombre actuel de cas positifs confirmés est 65, dont 1 reste actif. Jusqu'à hier, plus de 5,101 tests COVID-19 ont été effectués dans notre région. Plus d'informations sont disponibles sur notre site Web : [phu.fyi/nouveau-coronavirus](http://phu.fyi/nouveau-coronavirus).

En cas de pandémie, les directives de la santé publique peuvent changer rapidement. Restez à jour avec des informations fiables sur la COVID-19. Le BSP continue d'examiner les informations les plus récentes chaque jour et fournit les recommandations les plus récentes par les mises à jour quotidiennes, la ligne d'information COVID-19, le site Web et la page Facebook.

Tous les résidents de la région du BSP qui pensent avoir besoin d'un test pour la COVID-19, même s'ils n'ont pas de symptômes, peuvent subir un test au centre d'évaluation. Appelez votre fournisseur de soins de santé ou le bureau de santé pour accéder aux tests.

Il est important de continuer avec des mesures comme maintenir une distance de 2 m ou plus et porter un couvre-visage si vous allez être dans un lieu où l'éloignement physique peut être difficile. Lavez vos mains fréquemment, et restez chez vous si vous n'êtes pas bien.

Intégrez les Cinq pratiques du bien-être dans votre vie quotidienne afin de favoriser une santé mentale positive. N'oubliez pas, vous n'êtes pas seul, demandez de l'aide si vous éprouvez de la

difficulté à adapter à la situation actuelle : <http://www.porcupinehu.on.ca/fr/votre-sante/sante-mentale/>.

Notre ligne d'information COVID-19 est ouverte de 9 h à 17 h aujourd'hui. Appelez le numéro sans frais, 1-800-461-1818, ou allez voir [phu.fyi/succursales](http://phu.fyi/succursales) pour les numéros de téléphone locaux.

Restez à la maison si vous n'êtes pas bien. Restez en sécurité. Restez positifs!

*Merci, Meegwetch, Thank you, and have a wonderful day!*  
*Lianne*

Lianne Catton, MD, CCFP-EM, MPH  
Medical Officer of Health and Chief Executive Officer  
Porcupine Health Unit  
Postal Bag 2012  
(169 Pine Street South)  
Timmins, ON P4N 8B7  
Phone: 705-267-1181 Fax: 705-264-3980